

Reminder

All students at our school receive **FREE** breakfast and lunch without any application, documentation, or registration.

Celebrating Black History Month

We recognize
Hoover Alexander
for helping to
preserve and celebrate
Southern and soul food
traditions in Austin.



- Hoover Alexander is a fifth-generation Texan and native East Austinite.
- He grew up visiting his family farm in Utley, picking fresh vegetables and learning to love real, "farm-to-table" cooking long before that idea became popular.
- He discovered his love for food while working many jobs in restaurants while attending the University of Texas, starting with bussing tables and washing dishes before learning to cook and manage kitchens.
- Hoover trained at famous Austin spots and learned from community chefs before opening his own restaurant.
- In 1998, he opened Hoover's Cooking, where he blends the Texas farm-fresh food of his childhood with Southern, Cajun, and other traditions.

Visit Hoover's Cooking at 2002 Manor Road, Austin, TX 78722.

Source: HooversCooking.com



February 23-27

**Join us in celebrating Austin ISD
Food Service & Warehouse Workers
Appreciation Week!**

Menu Notes



We offer low fat and fat free milk daily at breakfast and lunch. K-12 students are not required to take milk.



Per federal guidelines, **Pre-K students** receive a set plate of vegetables, fruit, 1% unflavored milk, and choice of entree. Contact your school's café manager for dietary questions.



Vegetarian



Vegan



Gluten Free

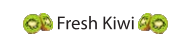
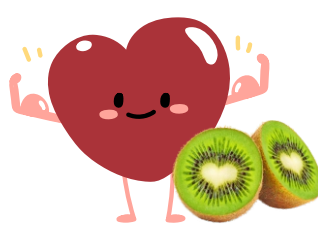


Contains Local Ingredients

Menus are subject to change.

Austin ISD is an equal opportunity provider.

February 2026 - Uphaus Early Childhood Center Breakfast & Lunch Menu

Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday
2	3	4	5	6 
Biscuit with Turkey Sausage ☒ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Blueberry Snack'n Waffle ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Healthy Heart Week Turkey Sausage & Cheese Bagel or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	French Toast Sticks ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Bean & Cheese Taco ☑☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk
Chicken Burger ☑	Hamburger ☑	Penne Alfredo ☑	Beef Tamale with Spanish Rice ☑☑	Pepperoni Pizza ☑
*****	*****	*****	*****	*****
Grilled Cheese Sandwich ☑☑	Veggie Burger ☑☑	SunButter & Jelly Sandwich ☑☑	Cheese Quesadilla ☑☑	Cheese Pizza ☑☑
Roasted Cauliflower	Curly Fries	Fresh Steamed Broccoli	Zesty Black Beans	Seasoned Green Beans
Apples	 Fresh Kiwi 	Oranges	Applesauce	Chilled Blueberries
9	10	11	12	13
Eggo Pancakes ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Banana Muffin ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Chicken Biscuit or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	French Toast Sticks ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Turkey Sausage, Egg & Cheese Taco ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk
BBQ Drumstick with Biscuit	Turkey & Cheese Sandwich ☑ with Yogurt	Pancakes with Turkey Sausage	Chicken Alfredo Flatbread	Chicken Tenders
*****	*****	*****	*****	*****
BBQ Rebellious Tenders with Biscuit ☑	SunButter & Jelly Sandwich ☑ with Yogurt ☑	Strawberry Yogurt Parfait ☑	Pizza Dippers with Marinara ☑	Bean & Cheese Pupusa with Curtido (Salvadoran-style slaw) ☑☑
Simple Succotash	Sweet Potato Fries	Tater Tots	Seasoned Green Beans	Ripe Plantain Slices
Mango	Sliced Peaches	Chilled Blueberries	Fresh Pineapple	Oranges
Celebrate Healthy Heart Week with Fresh Kiwi - Tuesday, February 3			18	20
			Turkey Sausage & Cheese Bagel or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Bean & Cheese Taco ☑☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk
<i>Eating kiwi can help reduce heart disease risk factors, including high blood pressure.</i>			Hamburger ☑	Personal Pan Pepperoni Pizza ☑
			*****	*****
			Rebellious Kickin' Burger ☑☑	Personal Pan Cheese Pizza ☑☑
			Curly Fries	Baked Sweet Potatoes ☑
			Oranges	Apples
			 Goldfish Crackers	
23	24	25	26	27
Eggo Pancakes ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Banana Muffin ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Chicken Biscuit or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	French Toast Sticks ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk	Turkey Sausage, Egg & Cheese Taco ☑ or Cereal ☑☑ + Fruit & Milk
Chicken Lo Mein <i>Ramen noodles mixed with peas, carrots and Asian sauce topped with chicken bites</i>	Crispy Beef Tacos ☑☑	Roasted Drumstick with Shells & Cheese	Chicken Burger ☑	Chicken Bites
*****	*****	*****	*****	*****
Pizza Dippers ☑	Fish Tacos with Pineapple Pico de Gallo ☑	Shells and Cheese ☑	Cheese Enchilada with Spanish Rice ☑☑	Organic Bean and Cheese Burrito ☑
Seasoned Green Beans	Seasoned Corn	Pretty Peas	Pinto Beans	Fresh Steamed Broccoli
Mango	Bananas	Oranges	Applesauce	Apples

Recordatorio

Todos los estudiantes de su escuela reciben desayuno y almuerzo **GRATIS** sin ninguna solicitud, documentación o registro.

Celebrando el Mes de la Historia Negra

Reconocemos a
Hoover Alexander

por ayudar a preservar
y celebrar las tradiciones
de la cocina sureña y
soul en Austin.



- Hoover Alexander es un texano de quinta generación y originario del este de Austin.
- Creció visitando la granja de su familia en Utey, recogiendo verduras frescas y aprendiendo a amar la cocina auténtica "de la granja a la mesa" mucho antes de que esa idea se hiciera popular.
- Descubrió su amor por la comida mientras trabajaba en varios empleos en restaurantes durante sus estudios en la Universidad de Texas, comenzando como ayudante de mesero y lavando platos antes de aprender a cocinar y a administrar cocinas.
- Hoover se formó en lugares emblemáticos de Austin y aprendió de chefs de la comunidad antes de abrir su propio restaurante.
- En 1998, abrió Hoover's Cooking, donde combina los alimentos frescos de granja de Texas de su infancia con tradiciones sureñas, cajún y otras.

Visite Hoover's Cooking en 2002 Manor Road, Austin, TX 78722.

Fuentes: HooversCooking.com

23-27 de febrero

¡Acompañennos a celebrar el Semana de Agradecimiento a los Trabajadores de Servicios Alimentarios y del Almacén del Austin ISD!

Notas del menú



Ofrecemos leche baja en grasa y sin grasa todos los días para el desayuno y el almuerzo. No es obligatorio que los estudiantes de kínder a 12.º grado tomen leche.



Debido a las regulaciones estatales, los estudiantes de prekínder reciben un plato específico con vegetales, frutas, leche parcialmente descremada y una de las opciones de plato principal. Comuníquese con el administrador de la cafetería de su escuela para preguntas sobre la dieta.



Vegetariano



Vegano



Sin gluten



Contiene Ingredientes Locales

Los menús del Austin ISD están sujetos a cambios.

Austin ISD es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.

Febrero 2026 - Menú de desayuno y almuerzo de Uphaus

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
2	3	4	5	6
Semana del corazón sano				
Bisquet con chorizo de pavo (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Snack'n Waffle de arándano (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Bagel con huevos y queso (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Palitos de pan tostado Francés (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Taco de frijoles y queso (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche
Hamburguesa de pollo	Hamburguesa	Alfredo Penne	Tamale de res con arroz rojo	Pizza de pepperoni
Sándwich de queso a la parrilla	Hamburguesa vegetariana	Sándwich de SunButter y mermelada	Quesadilla de queso	Pizza de queso
Coliflor asado	Papas fritas enroscadas	Brócoli fresco al vapor	Frijoles negros picantes	Ejotes sazonados
Manzanas	Kiwi Fresco	Naranjas	Puré de manzana	Arándanos heladas
9	10	11	12	13
Hot Cakes Eggo (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Muffin de plátano (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Bisquet con pollo o Cereal (V) + Fruta y Leche	Palitos de pan tostado Francés (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Taco de salchicha de pavo, huevo y queso o Cereal (V) + Fruta y Leche
Pollo de BBQ con bisquet	Sándwich de pavo y queso con yogur	Hot Cakes con salchicha de pavo	Pan sin levadura con pollo en salsa alfredo	Tiritas de pollo
Tiritas Rebellious BBQ con bisquet	Sándwich de SunButter y mermelada con yogur	Parfait de yogur de fresas	Tiras de pizza con salsa marinara	Pupusa de frijoles y queso con Curtido (ensalada estilo salvadoreño)
Guiso sencillo de edamame y maíz	Papas fritas de camote	Tater Tots	Ejotes sazonados	Rebanadas de plátano
Mango	Rebanadas de duraznos	Arándanos heladas	Piña fresca	Naranjas
Celebra la Semana del Corazón Saludable con kiwi fresco – martes, 3 de febrero				
Consumir kiwi puede ayudar a reducir los factores de riesgo de enfermedades cardíacas, incluida la hipertensión arterial.				
18	19	20	21	22
Snack'n Waffle (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Palitos de pan tostado Francés (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Taco de frijoles y queso (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Penne con carne molida y salsa marinara	Pan Pizza personal de pepperoni
Hamburguesa	Penne con carne molida y salsa marinara	Pan Pizza personal de pepperoni	Pasta penne con salsa marinara y queso	Pan Pizza personal de queso
Hamburguesa Rebellious Kickin	Brócoli fresco al vapor	Camote al horno	Brócoli fresco al vapor	Camote al horno
Papas fritas enroscadas	Taza de fresas congeladas	Manzanas	Galletas Goldfish	
Naranjas				
23	24	25	26	27
Semana de Agradecimiento a los Trabajadores de Servicios Alimentarios y del Almacén del Austin ISD				
Hot Cakes Eggo (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Muffin de plátano (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Bisquet con pollo o Cereal (V) + Fruta y Leche	Palitos de pan tostado Francés (V) o Cereal (V) + Fruta y Leche	Taco de salchicha de pavo, huevo y queso o Cereal (V) + Fruta y Leche
Lo Mein con pollo	Tacos crujientes de res	Pollo asado con macarrón con queso	Hamburguesa de pollo	Bocadillos de pollo
Fideos ramen mezclados con guisantes, zanahorias y salsa asiática, coronados con bocadillos de pollo.	Tacos de pescado con pico de gallo de mango	Macarrón con queso	Enchilada de queso con arroz rojo	Burrito orgánico de frijoles y queso
Tiras de pizza	Elotes sazonados	Chicharos Pretty Peas	Frijoles	Brócoli fresco al vapor
Ejotes sazonados	Plátanos	Naranjas	Puré de manzana	Manzanas
Mango				

Día de Lucir
Prendas
Rojas